

## LAMPIRAN

Lampiran 1

### **SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapatkan penjelasan, saya menyatakan bersedia dengan sukarela menjadi responden dan menjawab pertanyaan secara jujur, pada penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Fitri Wirastami

Pendidikan : Mahasiswa semester IV Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Judul Penelitian : Hubungan Pre Menstrual Syndrome terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja di SMA Negeri 1 Klaten

Saya berharap hasil yang saya berikan akan terjaga kerahasiaannya. Demikian surat pernyataan ini saya setujui tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Mengetahui,  
Klaten ,.....2016

( Fitri Wirastami )

(Responden)

## Lampiran 2

**KUISIONER TMAS**

Petunjuk: Berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban (YA), bila pernyataan dibawah ini sesuai dengan perasaan atau keadaan Anda.

Dan berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban (TIDAK), bila pernyataan dibawah ini tidak sesuai dengan perasaan atau keadaan Anda.

| NO  | Pertanyaan  | Ya | Tidak |
|-----|---|----|-------|
| 1.  | Aku tidak cepat lelah.  |    |       |
| 2.  | Aku terganggu oleh serangan rasa mual dan muntah.                         |    |       |
| 3.  | Menurut hematku aku tidak lebih gugup dari orang lain.                    |    |       |
| 4.  | Aku jarang sekali sakit kepala.   |    |       |
| 5.  | Aku bekerja dalam keadaan ketegangan yang sangat besar.                   |    |       |
| 6.  | Aku merasa sukar untuk memutuskan perhatian pada suatu pekerjaan.         |    |       |
| 7.  | Ternyata aku sering merisaukan sesuatu.                                   |    |       |
| 8.  | Tanganku sering gemetar bila aku mencoba melakukan sesuatu.               |    |       |
| 9.  | Aku tersipu-sipu (wajahku merah karena malu) tidak lebih dari orang lain. |    |       |
| 10. | Aku suka mencret-mencret sekali sebulan atau lebih.                       |    |       |

|     |  |  |  |
|-----|--|--|--|
| 11. | Aku banyak risau tentang kemungkinan kemalangan.   |  |  |
| 12. | Wajahku tak pernah tersipu-sipu (menjadi merah krena malu).                                |  |  |
| 13. | Aku sering takut tersipu-sipu.   |  |  |
| 14. | Aku bermimpi buruk beberapa malam sekali.  |  |  |
| 15. | Tangan dan kakiku biasanya cukup hangat.   |  |  |
| 16. | Aku mudah sekali berkeringat walaupun udara dingin   |  |  |
| 17. | Kadang-kadang bila malu dan tersinggung aku mandi keringat dan hal ini mengganggu.         |  |  |
| 18. | Aku hampir tidak pernah memperhatikan jantungku berdebar-debar dan aku jarang sesak napas. |  |  |
| 19. | Hampir selalu aku merasa lapar.  |  |  |
| 20. | Aku jarang sekali terganggu sembelit (kesukaran buang air besar).                          |  |  |
| 21. | Aku sering menderita sakit perut.  |  |  |
| 22. | Kadang-kadang aku begitu tegang sehingga sulit tidur.                                      |  |  |
| 23. | Tidurku sering terganggu dan terjaga.  |  |  |
| 24. | Aku sering bermimpi tentang hal-hal yang paling baik kurahasiakan sendiri.                 |  |  |
| 25. | Aku mudah sekali menjadi canggung (kikuk).   |  |  |

|     |  |  |  |
|-----|--|--|--|
| 26. | Aku lebih perasa daripada kebanyakan kebanyakan orang lain.  |  |  |
| 27. | Aku merisaukan soal uang dan pekerjaan   |  |  |
| 28. | Aku ingin dapat berbahagia seperti orang lain.   |  |  |
| 29. | Biasanya aku tenang dan tak mudah gelisah.   |  |  |
| 30. | Aku mudah menangis.  |  |  |
| 31. | Aku hampir selalu merasa cemas tentang suau hal atau seseorang.  |  |  |
| 32. | Pada umunya aku cukup senang.  |  |  |
| 33. | Aku merasa gelisah bila harus menunggu.  |  |  |
| 34. | Pada saat-saat tertentu aku merasa gelisah sekali, sehingga tidak dapat duduk tenang.                            |  |  |
| 35. | Ada kalanya aku tidak daapt tidur karena risau.  |  |  |
| 36. | Kadang-kadang aku meraa bahwa kesulitan-kesulitan begitu bertumpuk, sehingga aku tidak dapat mengatasinya.       |  |  |
| 37. | Aku harus mengakui bahwa kadang-kadang aku merisaukan di luar batas sesuatu yang sebenarnya idak begitu penting. |  |  |
| 38. | Dibanding dengan kawan-kawanku, aku sedikit sekali mempunyai rasa takut.   |  |  |
| 39. | Aku takut akan benda dan orang yang kuketahui tak akan dapat membahayakan diriku.                                |  |  |
| 40. | Ada kalanya aku merasa tidak berguna sama sekali.  |  |  |

|     |   |  |  |
|-----|---|--|--|
| 41. | Aku tidak dapat memusatkan perhatian pada satu hal saja.          |  |  |
| 42. | Aku cenderung menganggap sesuatu secara sungguh-sungguh (serius). |  |  |
| 43. | Aku sangat yakin pada diriku sendiri.                             |  |  |
| 44. | Aku adalah orang yang selalu tegang.                              |  |  |
| 45. | Pada umumnya hidup ini kurasakan berat.                           |  |  |
| 46. | Kadang-kadang benar-benar aku merasa tidak berguna.               |  |  |
| 47. | Aku memang kurang kepercayaan pada diriku sendiri.                |  |  |
| 48. | Kadang-kadang aku merasa bahwa seolah-olah aku akan menjadi gila. |  |  |
| 49. | Aku mundur ketakutan menghadap krisis atau kesulitan.             |  |  |
| 50. | Aku menghargai diriku secara wajar (tidak berlebihan).            |  |  |

## Lampiran 3

**KUISIONER**  
**GEJALA MENSTRUASI**

Nama :

Tanggal lahir : tanggal /bulan /tahun

Saat ini semester :

Tinggi badan saat ini :

Berat badan saat ini :

Untuk setiap gejala berikut, lingkari angka yang sesuai dengan erajat beratnya gejala premenstruasi yang anda alami dalam satu tahun terakhir, sesuai dengan skala berikut: 1 (gejala tidak ada) hingga 6 (gejala ada dan sangat mengganggu).

TA : Tidak Ada                      M : Minimal                      R : Ringan

S : Sedang                      B : Berat                      SB : Sangat Berat

| No | Gejala  | TA | M | R | S | B | SB |
|----|---|----|---|---|---|---|----|
| 1. | Payudara nyeri atau terasa kencang                    | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |
| 2. | Tidak mampu mengatasi perasaan atau tugas sehari-hari | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |
| 3. | Merasa tertekan (stress)                              | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |
| 4. | Mudah tersinggung atau marah                          | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |
| 5. | Merasa sedih  | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |

|     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|-----|--------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 6.  | Nyeri punggung, otot, dan kaku sendi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7.  | Berat badan naik                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8.  | Perut kembung                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9.. | Tanda kelebihan air di dalam tubuh   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. | Merasa sesak                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Bila anda mengalami salah satu gejala diatas, apa yang selama ini Anda lakukan untuk mengatasi gangguan tersebut? (beri tanda)

\_\_\_\_\_ Didiamkan saja

\_\_\_\_\_ Cukup istirahat

\_\_\_\_\_ Berolahraga

\_\_\_\_\_ Pakai obat bebas

\_\_\_\_\_ Pakai obat resep dokter

\_\_\_\_\_ Minum jamu/ yang lain

\_\_\_\_\_ Lainnya

Gejala premenstrual yang anda alami (beri tanda)

\_\_\_\_\_ Makin parah pada saat ujian

\_\_\_\_\_ Makin parah pada saat...(tuliskan keadaan lain yang anda maksud)

\_\_\_\_\_ Tidak dipengaruhi oleh keadaan apapun

\_\_\_\_\_ Tidak tahu

Riwayat menstruasi

Mendapat menstruasi pertama (menarche) pada usia : .... tahun

Menstruasi bersifat : reguler/tidak reguler (coret yang tidak perlu)

Jarak antara waktu menstruasi dari bulan ke bulan : rata-rata ..... hari

Lama satu kali menstruasi : rata-rata .... hari

Rasa sakit/nyeri perut : ada/tidak ada (coret yang tidak perlu)

Keluhan/gejala premenstruasi mulai muncul : (beri tanda)

\_\_\_\_\_ Dalam 2 tahun pertama sejak menarche

\_\_\_\_\_ 2 tahun setelah menarche



## Lampiran 4

**HASIL OLAH DATA****Tests of Normality**

|           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|           | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor SPAF | .121                            | 90 | .002 | .940         | 90 | .000 |
| usia      | .454                            | 90 | .000 | .560         | 90 | .000 |

a. Lilliefors Significance Correction

**Correlations**

|                |           |                         | Skor SPAF | usia  |
|----------------|-----------|-------------------------|-----------|-------|
| Spearman's rho | Skor SPAF | Correlation Coefficient | 1.000     | -.067 |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .         | .531  |
|                |           | N                       | 90        | 90    |
|                | Usia      | Correlation Coefficient | -.067     | 1.000 |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .531      | .     |
|                |           | N                       | 90        | 90    |

**Tests of Normality**

|                       | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|                       | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor SPAF             | .121                            | 90 | .002 | .940         | 90 | .000 |
| Cara Mengatasi Gejala | .231                            | 90 | .000 | .802         | 90 | .000 |

a. Lilliefors Significance Correction

## Correlations

|                |                       |                         | Skor SPAF | Cara Mengatasi Gejala |
|----------------|-----------------------|-------------------------|-----------|-----------------------|
| Spearman's rho | Skor SPAF             | Correlation Coefficient | 1.000     | -.268*                |
|                |                       | Sig. (2-tailed)         | .         | .011                  |
|                |                       | N                       | 90        | 90                    |
|                | Cara Mengatasi Gejala | Correlation Coefficient | -.268*    | 1.000                 |
|                |                       | Sig. (2-tailed)         | .011      | .                     |
|                |                       | N                       | 90        | 90                    |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## Tests of Normality

|                 | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|                 | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor SPAF       | .121                            | 90 | .002 | .940         | 90 | .000 |
| Lama Menstruasi | .159                            | 90 | .000 | .943         | 90 | .001 |

a. Lilliefors Significance Correction

## Correlations

|                |                 |                         | Skor SPAF | Lama Menstruasi |
|----------------|-----------------|-------------------------|-----------|-----------------|
| Spearman's rho | Skor SPAF       | Correlation Coefficient | 1.000     | .234*           |
|                |                 | Sig. (2-tailed)         | .         | .026            |
|                |                 | N                       | 90        | 90              |
|                | Lama Menstruasi | Correlation Coefficient | .234*     | 1.000           |
|                |                 | Sig. (2-tailed)         | .026      | .               |
|                |                 | N                       | 90        | 90              |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## Tests of Normality

|                   | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|                   | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor SPAF         | .121                            | 90 | .002 | .940         | 90 | .000 |
| Mens Pertama Kali | .271                            | 90 | .000 | .865         | 90 | .000 |

a. Lilliefors Significance Correction

#### Correlations

|                |                   |                         | Skor SPAF | Mens Pertama Kali |
|----------------|-------------------|-------------------------|-----------|-------------------|
| Spearman's rho | Skor SPAF         | Correlation Coefficient | 1.000     | .260*             |
|                |                   | Sig. (2-tailed)         | .         | .013              |
|                |                   | N                       | 90        | 90                |
|                | Mens Pertama Kali | Correlation Coefficient | .260*     | 1.000             |
|                |                   | Sig. (2-tailed)         | .013      | .                 |
|                |                   | N                       | 90        | 90                |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

#### Tests of Normality

|           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|           | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor TMAS | .097                            | 90 | .036 | .974         | 90 | .067 |
| Skor SPAF | .129                            | 90 | .001 | .920         | 90 | .000 |

a. Lilliefors Significance Correction

#### Correlations

|                |           |                         | Skor TMAS | Skor SPAF |
|----------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| Spearman's rho | Skor TMAS | Correlation Coefficient | 1.000     | .489**    |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .         | .000      |
|                |           | N                       | 90        | 90        |
|                | Skor SPAF | Correlation Coefficient | .489**    | 1.000     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .000      | .         |
|                |           | N                       | 90        | 90        |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Tests of Normality

|           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|           | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor TMAS | .197                            | 27 | .009 | .883         | 27 | .006 |
| Skor SPAF | .175                            | 27 | .033 | .899         | 27 | .013 |

a. Lilliefors Significance Correction

#### Correlations

|                |           |                         | Skor TMAS | Skor SPAF |
|----------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| Spearman's rho | Skor TMAS | Correlation Coefficient | 1.000     | -.032     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .         | .875      |
|                |           | N                       | 27        | 27        |
|                | Skor SPAF | Correlation Coefficient | -.032     | 1.000     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .875      | .         |
|                |           | N                       | 27        | 27        |

#### Correlations

|                |           |                         | Skor TMAS | Skor SPAF |
|----------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| Spearman's rho | Skor TMAS | Correlation Coefficient | 1.000     | -.032     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .         | .875      |
|                |           | N                       | 27        | 27        |
|                | Skor SPAF | Correlation Coefficient | -.032     | 1.000     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .875      | .         |
|                |           | N                       | 27        | 27        |

### Correlations

|           |                     | Skor TMAS | Skor SPAF |
|-----------|---------------------|-----------|-----------|
| Skor TMAS | Pearson Correlation | 1         | .266      |
|           | Sig. (2-tailed)     |           | .828      |
|           | N                   | 3         | 3         |
| Skor SPAF | Pearson Correlation | .266      | 1         |
|           | Sig. (2-tailed)     | .828      |           |
|           | N                   | 3         | 3         |

### Tests of Normality

|           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|           | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor TMAS | .191                            | 49 | .000 | .890         | 49 | .000 |
| Skor SPAF | .120                            | 49 | .075 | .977         | 49 | .448 |

a. Lilliefors Significance Correction

### Correlations

|                |           |                         | Skor TMAS | Skor SPAF |
|----------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| Spearman's rho | Skor TMAS | Correlation Coefficient | 1.000     | .488**    |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .         | .000      |
|                |           | N                       | 49        | 49        |
|                | Skor SPAF | Correlation Coefficient | .488**    | 1.000     |
|                |           | Sig. (2-tailed)         | .000      | .         |
|                |           | N                       | 49        | 49        |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Tests of Normality

|           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|           | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Skor TMAS | .210                            | 11 | .191 | .919         | 11 | .309 |
| Skor SPAF | .263                            | 11 | .032 | .914         | 11 | .270 |

a. Lilliefors Significance Correction

#### Correlations

|           |                     | Skor TMAS | Skor SPAF |
|-----------|---------------------|-----------|-----------|
| Skor TMAS | Pearson Correlation | 1         | .651*     |
|           | Sig. (2-tailed)     |           | .030      |
|           | N                   | 11        | 11        |
| Skor SPAF | Pearson Correlation | .651*     | 1         |
|           | Sig. (2-tailed)     | .030      |           |
|           | N                   | 11        | 11        |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).